

Hubungan Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstrovert dan Tingkat Kecemasan pada Siswa Kelas XII dalam Menghadapi Ujian Nasional

Yosep Andrianu Loren¹; Wilson²; Muhammad Ibnu Kahtan³

¹ Program Studi Pendidikan Dokter, FK UNTAN

² Departemen Psikiatri, Rumah Sakit Jiwa, Singkawang, Kalimantan Barat.

³ Departemen Parasitologi, Program Studi Pendidikan Dokter, FK UNTAN

Abstrak

Latar belakang. Ujian nasional merupakan syarat dalam menentukan kelulusan hal tersebut dapat menjadi beban bagi siswa-siswi SMA Negeri 01 Capkala sehingga menyebabkan siswa-siswi mengalami gangguan psikologis seperti kecemasan hal ini dapat dipengaruhi kepribadian. **Metode.** Penelitian analitik dengan desain *cross sectional* menggunakan kuesioner *Beck Anxiety Inventory-II* (BAI-II) dan kuesioner *Eysenck Personality Inventory* (EFI). Penelitian dilakukan di SMA Negeri 01 Capkala. Sebanyak 64 siswa angkatan 2016 menjadi sampel dalam penelitian ini. Hasil penelitian diuji dengan uji *Chi-square* dengan bantuan SPSS 20.0. **Hasil.** Berdasarkan tipe kepribadian didapatkan sebanyak 16 siswa (32,7%) dengan kepribadian introvert, sebanyak 33 siswa (67,3%) dengan kepribadian ekstrovert, dan berdasarkan tingkat kecemasan didapatkan sebanyak 31 siswa (93,9%) memiliki tingkat kecemasan normal-ringan, dan sebanyak 18 siswa (6,1%) memiliki tingkat kecemasan sedang-berat. Berdasarkan analisis *Chi-square* didapatkan nilai (p value $< 0,000$), dimana tipe kepribadian mempengaruhi tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi ujian nasional. **Kesimpulan.** Terdapat hubungan antara tipe kepribadian introvert dan ekstrovert dengan tingkat kecemasan pada siswa SMA Negeri 01 Capkala dalam menghadapi Ujian Nasional.

Kata kunci: Kecemasan, Kepribadian, Introvert, Ekstrovert, BAI-II, EFI

Background. The National Examination is a requirement in determining the graduation. It can be a burden for highschool students 01 Capkala, causing students to experience psychological problems such as anxiety that can be influenced by the type of personality. **Method.** This Study was an analytical research with cross sectional design used the Beck Anxiety Inventory-II questionnaire (BAI-II) and the Eysenck Personality Inventory questionnaire (EFI). This study was conducted in highschool 01 Capkala. The sum of sumpel was 64 person of 2016 grade students. The result was tested with Chi-square test used SPSS 20.0. **Result.** Based on the type of personality there is 16 students (32.7%) with an introvert personality and 33 students (67.3%) with extrovert personality. Based on the level of anxiety is obtained 31 students (93.9%) have normal-mild levels of anxiety and 18 students have moderate-severe levels of anxiety (6.1%). The Chi-square test shows the p value < 0.000 which is the type of personality affects the anxiety levels of students in the National Examination. **Conclusion.** There is a relationship between the type of introvert and extrovert personality with anxiety levels of highschool students 01 Capkala in the National Examination.

Key Words : Anxiety, Personality Introvert, Extrovert, BAI-II, EFI

PENDAHULUAN

Kepribadian adalah sebuah pola khas individu dalam berpikir, merasakan dan berperilaku yang relatif stabil dan dapat diperkirakan. Perkembangan psikologis individual dibentuk oleh faktor *nature* (bawaan) dan *nurture* (yang didapat dari asuhan/belajar). Kepribadian dibentuk karena adanya faktor bawaan biologis yaitu fitur biologis yang diwarisi dan pada sisi lain kepribadian merefleksikan lingkungan pengasuhan.¹

Perkembangan kepribadian menurut Jean Jacques Rousseau berlangsung dalam beberapa tahap yaitu:² Tahap perkembangan masa bayi (sejak lahir – 2 tahun) didominasi oleh perasaan, tahap perkembangan masa kanak-kanak (umur 2 – 12 tahun), tahap perkembangan pada masa *preadolesen* (umur 12 – 17 tahun), tahap perkembangan masa *adolesan* (umur 17-

20 tahun), tahap pematangan diri (setelah umur 20 tahun).

Kepribadian introvert dan ekstrovert merupakan dua kutub dalam satu skala. Orang introvert cenderung lebih menutup diri terhadap orang lain dipengaruhi oleh dunia subjektif, orientasinya tertuju ke dalam dirinya. Ia kurang bisa bergaul dengan lingkungannya, namun penyesuaian terhadap dirinya sendiri baik.

Sedangkan orang yang dengan ciri kepribadian ekstrovert dipengaruhi oleh dunia objektif, tindakannya terutama ditentukan oleh lingkungannya. Apabila keterikatan terhadap dunia luar terlampau kuat ia menjadi asing terhadap dunianya sendiri.⁸ Block menemukan adanya perbedaan tingkat konsistensi pada masing-masing individu, individu dapat mencapai kestabilan kepribadian pada awal kehidupannya.

Individu yang lain mengalami perubahan besar pada masa sekolah lanjutan sampai masa dewasa tengah terutama remaja yang memiliki konflik dan ketegangan, baik dalam dirinya sendiri maupun dalam hubungannya dengan orang lain sehingga belum memiliki kestabilan kepribadian.⁴

Kecemasan adalah perasaan takut yang tidak jelas dan tidak didukung oleh situasi. Tidak ada objek yang dapat diidentifikasi sebagai stimulus kecemasan. Kecemasan merupakan suatu keadaan yang ditandai oleh rasa khawatir disertai dengan gejala somatik yang menandakan suatu kegiatan yang berlebihan. Kecemasan merupakan gejala yang umum tetapi *non-spesifik* yang sering merupakan suatu fungsi emosi.³

Saat ini lebih dari 450 juta penduduk dunia hidup dengan gangguan jiwa. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007 di Indonesia, menunjukkan prevalensi

gangguan mental emosional seperti gangguan kecemasan sebesar 11,6% dari populasi orang dewasa. Dengan jumlah populasi orang dewasa Indonesia lebih kurang 150.000.000 diketahui bahwa 1.740.000 orang saat ini mengalami gangguan mental emosional. Faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan adalah kekhawatiran, emosionalitas, gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas.

Beberapa penelitian yang berkaitan dengan kecemasan mengungkapkan bahwa individu yang menderita kecemasan kronis lebih mudah gagal dalam pendidikan sekalipun memiliki skor tinggi pada kecerdasan lainnya. Terlampau cemas dan takut menjelang ujian, justru akan mengganggu kejernihan pikiran dan daya ingat untuk belajar dengan efektif sehingga mengganggu kejernihan mental yang amat penting untuk dapat mengatasi ujian.⁶ Dengan kata lain

siswa yang memiliki kecemasan yang tinggi akan memiliki prestasi yang lebih rendah dari pada siswa yang mengalami kecemasan yang rendah.

Pelaksanaan ujian nasional menimbulkan kecemasan bagi siswa. Ujian akhir sekolah atau saat ini sering disebut ujian nasional merupakan salah satu sumber kecemasan siswa.⁷ Ujian nasional yang dapat menentukan kelulusan siswa dapat mengakibatkan kekhawatiran dan rasa was-was (rasa takut yang belum pasti). Ketika kecemasan menjadi sebuah ketakutan yang berlebihan, tentu saja akan mengganggu psikis dan mental siswa. Akibatnya, soal-soal yang seharusnya biasanya mampu dijawab oleh siswa di sekolah, seakan menjadi soal yang tidak mampu dijawab.²

Berdasarkan uraian diatas peneliti memandang perlu untuk dilakukannya penelitian mengenai hubungan antara tipe kepribadian introvert dan ekstrovert dengan tingkat

kecemasan pada siswa kelas XII SMA Negeri 01 Capkala dalam menghadapi ujian nasional 2016.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian analitik menggunakan rancangan *cross sectional*. Sampel pada penelitian ini ialah siswa kelas XII SMA Negeri 01 Capkala. Kriteria inklusi siswa kelas xii yang akan menghadapi ujian nasional tahun 2016. Sedangkan kriteria eksklusi adalah siswa pindahan dari SMA lain ke SMAN 01 Capkala sebelum 3 bulan, siswa yang dilaporkan bermasalah disekolah, siswa yang kehilangan anggota keluarga atau orang yang dikasihi dalam 3 bulan terakhir.

Data yang dikumpulkan pada penelitian ini berasal dari data primer. Siswa yang memenuhi kriteria inklusi dan tidak memenuhi kriteria eksklusi penelitian akan diberikan kuesioner *Beck Anxiety Inventory-II* (BAI-II) dan

kuesioner *Eysenck Personality Inventory-A* (EFI). Variabel bebas yang dipelajari pada penelitian ini ialah kepribadian introvert dan ekstrovert. Kepribadian dibagi dalam 2 kategori yaitu: nilai kurang dari 12 introvert dan lebih dari 14 ekstrovert. Sedangkan variabel terikat pada penelitian ini ialah tingkat kecemasan. Tingkat kecemasan dibagi menjadi 2 kategori yaitu: total nilai 0-18 kecemasan normal-ringan, dan 19-63 kecemasan sedang-berat. Uji statistik yang digunakan untuk mengetahui hubungan kepribadian dan tingkat kecemasan ialah uji *Chi-Square*.

HASIL

Penelitian dilakukan di SMA Negeri 01 Capkala pada bulan april 2016 dengan jumlah sampel 49 orang siswa kelas XII IPA dan IPS yang memenuhi kriteria inklusi. Sampel dipilih dengan metode *total sampling*. Kuesioner diisi langsung oleh responden.

presentase partisipan dari penelitian ini berdasarkan jenis kelamin yaitu Laki-laki sebanyak 18 orang (36,7%) dan perempuan sebanyak 31 (63,3%).

Berdasarkan usia subjek penelitian ini didapatkan usia yang berbeda-beda usia 17 sebanyak 10 orang (20,4%), usia 18 tahun sebanyak 18 orang (36,7%), usia 19 tahun sebanyak 16 orang (32,7%), usia 20 tahun sebanyak 5 orang (10,2%).

Berdasarkan tipe kepribadian didapatkan sebanyak 13 orang (32,7%) dari siswa kelas XII SMA Negeri 01 Capkala memiliki tipe kepribadian introvert, dan sebanyak 33 orang (67,3%) memiliki tipe kepribadian ekstrovert.

Berdasarkan tingkat kecemasan didapatkan sampel sebanyak 49 orang dengan tingkat kecemasan normal-ringan 31 orang (63,3%), dan sedang-berat 18 orang (36,7%).

Dari hasil uji statistik *Chi-Square* antara tipe kepribadian dengan tingkat kecemasan menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna ($p\text{ value} = 0,000$) seperti yang ditunjukkan pada tabel 5.

PEMBAHASAN

Di dalam penelitian ini, dilakukan penelitian mengenai hubungan antara tipe kepribadian introvert dan ekstrovert dengan tingkat kecemasan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna ($p\text{ value}=0,000$).

Hasil penelitian yang diperoleh sesuai dengan yang dilakukan oleh Kurniawati remaja dengan kepribadian introvert mempunyai tingkat kecemasan lebih tinggi daripada remaja dengan kepribadian ekstrovert.⁹

Hasil ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Putra dan Aryani, terdapat hubungan yang signifikan antara tipe kepribadian

introvert dan ekstrovert dengan kejadian stres pada koasisten angkatan tahun 2011 FK UNUD.¹⁰

Penelitian lain dilakukan oleh Manovia, didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan tingkat depresi yang signifikan antara mahasiswa dengan ciri kepribadian introvert dan ekstrovert.¹¹

Penelitian ini juga didukung oleh teori Feist dan Feist, bahwa sifat-sifat kepribadian mempengaruhi tidak hanya sekedar kesuksesan disekolah dan hasil jangka panjang lainnya tapi juga perasaan yang dialami seseorang.¹² Orang dengan kepribadian ekstrovert akan menjadi pribadi yang menyenangkan dan bergairah, sebaliknya orang dengan kepribadian introvert akan menjadi pribadi pencemas dan kaku.

Ujian nasional pada dasarnya menjadi beban pikiran yang harus dihadapi siswa yang akan menghadapi ujian nasional seperti pendapat Santrock, bahwa siswa akan

memandang ujian nasional sebagai beban dan hal ini tentu saja membuat siswa merasa bahwa ujian nasional adalah hal yang menakutkan.² Hal inilah yang membuat seseorang dapat merasakan kecemasan dalam kaplan bahwa kecemasan dapat mempengaruhi pikiran, persepsi dan belajar.⁵

Kecemasan cenderung menimbulkan kebingungan dan *distorsi* persepsi, tidak hanya persepsi waktu dan ruang tetapi juga orang dan arti peristiwa. *Distorsi* ini dapat mengganggu proses pembelajaran dengan menurunkan konsentrasi, mengurangi daya ingat, dan mengganggu kemampuan menghubungkan satu hal dengan hal lain yaitu membuat asosiasi.⁵ Jika masing-masing individu dapat menentramkan diri dengan pikiran yang selektif maka rasa cemas akan berkurang dan mereka dapat mengambil tindakan yang tepat dalam mengatasi kecemasan.

KESIMPULAN

Terdapat hubungan antara tipe kepribadian introvert dan ekstrovert dengan tingkat kecemasan pada siswa kelas XII SMA Negeri 01 Capkala dalam menghadapi ujian nasional 2016.

DAFTAR PUSTAKA

1. Lawrence, AP. Daniel Cervone, Oliver P. John. Psikologi Kepribadian Teori dan Penelitian, Ed. 9. Kencana: Jakarta. 2004. h 300-90
2. Santrock, J.W. Psikologi Pendidikan. Terjemahan: Wibowo, T. Jakarta: Kencana Prenada Media Group. 2007.
3. Pervin, L.A., Cervone, D., John, O.P. *Personality: Theory and Research*. Hoboken. NJ: Wiley. 2005. h 95-110
4. Atkinson, R . Pengantar Psikologi (ed. 8). Jakarta: Erlangga; 1996. h 33-45
5. Kaplan HI, Sadock BJ, Grebb JA. Kaplan-Sadock Sinopsis Psikiatri Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis. Binarupa Aksara Publisher: Tangerang. 2010.
6. Suryabrata, S. Psikologi kepribadian. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. 2002.
7. Daswia. Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas VII Berdasarkan Jenis Kelaminnya. Skripsi, Bandung: UPI. 2006.
8. Yusuf, S dan Nurihsan, J. Teori Kepribadian. Bandung : Pt Remaja Rosda karya. 2007.
9. Kurniawati ,Ana. Perbedaan Tingkat Kecemasan Pada Remaja Dengan Ciri Kepribadian Introvert dan Ekstrovert Di Kelas X Sma Negeri 4 Surakarta. Fk Universitas Muhammadiyah. Surakarta. 2011.

10. I Gede Suprayoga Sp, dan Luh Nyoman Aa. Hubungan Antara Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstrovert Dengan Kejadian Stres Pada Ko-Asisten Angkatan Tahun 2011 Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Udayana.2011.
11. Manovia, W.Perbedaan Tingkat Depresi Berdasarkan Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert pada Mahasiswa Tingkat I Fakultas Kedokteran UNS. UNS.2011.
12. Feist, J., Feist, G.J.Teori Kepribadian. Jakarta: Penerbit Salemba Humanica.2010